10 MINUTE SCHOOL

COMMUNICATION MASTERCLASS

by

TAHSAN KHAN

ব্যক্তিগত Communication Skills

Interpersonal Communication Skills

Build Your Personality

www.10ms.com/skills

আপনার কমিউনিকেশন কিন্তু আপনার ব্যক্তিত্বের অংশ। ইন ফ্যাক্ট, আপনি কিভাবে কথা বলেন, কথোপকথনের সময় আপনার ভঙ্গিমা কেমন, সেটার সূত্র ধরেই মানুষ আপনাকে মনে রাখে, পছন্দ-অপছন্দ করে। আপনার কমিউনিকেশন আপনাকে ডিফাইন করে। তাই কিভাবে একটা কমিনিকেটিভ পার্সোনালিটি গঠন করা যায় সেটা নিয়ে ভাবা প্রয়োজন। "It's not who you are underneath, it's what you do that defines you." যখন মানুষের সাথে দেখা হয় তাদেরকে হাসিমুখে গ্রীট করা, কুশল বিনিময় করা, তাদের কথা মন দিয়ে শোনা, এগুলো আপনাকে মানুষের কাছে আন্তরিক হিসেবে উপস্থাপন করে।

1. **Good human being & it's connection with communication:** আপনি মানুষ হিসেবে খারাপ এবং অন্যের ক্ষতি করেন, কিন্তু ভালো ব্যবহার করেন। এটা কিন্তু সবাই লং টার্মে বুঝে যাবে। তাই ভালো এবং সৎ মানুষ হওয়ার চেষ্টা করুন, অন্যের ক্ষতি হয় এমন কিছু করা থেকে বিরত থাকুন।
2. **Ego management:** অনেকেই কমিউনিকেশনে নিজের ইগো নিয়ে আসে। এর ফলে খুব সাধারণ ঘটনাও তার কাছে অপমানজনক মনে হয়। এরকম হলে কমিউনিকেশন ব্রেক করবে এবং মানুষের সাথে সম্পর্ক খারাপ হবে।
3. **Speak without Bias:** অনেকে আছে, নিজের থেকে উচ্চপদস্থ মানুষকে সম্মান করে, কিন্তু subordinate দের সাথে যা তা ব্যবহার করে। আবার পেশা ও সামাজিক অবস্থানের ভিত্তিতে মানুষের সাথে তাদের ব্যবহার পরিবর্তন হয়ে যায়। এটা করা যাবে না। সবাইকে সমানভাবে সম্মান করা আপনার ব্যক্তিত্বের অংশ হতে হবে।
4. **Being Authentic:** আপনি যদি কমিউনিকেশনে Open এবং honest হন, সেটা আপনার ব্যক্তিত্বকে অনেক সুন্দর করে তুলবে। আপনাকে cutthroat speaker হতে হবে না, rude হতে হবে না। কিন্তু আপনি যা বিশ্বাস করেন, যা ভাবেন, তাই সম্মানের সাথে কমিউনিকেট করতে হবে।
5. **Being Positive in Communication:** আমাদের আশেপাশে অনেক মানুষ আছে, যারা সব সিচুয়েশনের শুধু খারাপ দিকটাই দেখে, সেটাতেই ফোকাস করে। এরকম কমিউনিকেটরদের আমরা আদতে এড়িয়ে চলি। আপনিও চেষ্টা করবেন পজিটিভ থাকতে, যথাসম্ভব ভালো দিক নিয়ে চিন্তা করে সেগুলো নিয়ে কথা বলতে।

6. **Powerful Words:** আপনি কথা বলার সময় কী বলছেন, সেটা অনেক গুরুত্বপূর্ণ। আমি আগেই বলেছি, কমিউনিকেশনে ভালো হতে হলে আপনাকে ভাষাগত দক্ষতার উপর কাজ করতে হবে। আপনি যেসব শব্দ ব্যবহার করে আপনার ভাব প্রকাশ করছেন, সেগুলো যত সুন্দর এবং যুক্তিসংগত হবে, ততই আপনার কমিউনিকেশন দক্ষতা বৃদ্ধি পাবে।
7. **Remembering names:** মানুষের নাম মনে রাখা একটা চমৎকার কমিউনিকেশন হ্যাক। একবারের পরিচয়ে আপনি কারো নাম মনে রেখে তাকে পরে নাম ধরে সম্বোধন করলে, সেও অল্প পরিচয়ে আপনাকে পছন্দ করবে।
8. **Smile:** আমরা non-verbal communication এ দেখেছি, কথা না বলেও আপনি কমিউনিকেট করতে পারেন। এরই একটা অংশ হচ্ছে, smiling. আপনি যখন কথা বলার সময় smile করবেন, আপনাকে আরো welcoming মনে হবে। চিন্তা করে দেখুন, কেউ হাসিমুখে আপনার কাছে এসে যখন কিছু বলবে, আপনার মধ্যে automatically তার প্রতি একটা warm feeling তৈরি হবে। তাই smile when you speak.
9. **Emotional Intelligence:** নিজের ইমোশোন বা আবেগ বুঝতে পেরে, সেটা ম্যানেজ করা এবং আশেপাশের মানুষের ক্ষেত্রেও তাদের আবেগ বুঝে কমিউনিকেট করাই হচ্ছে emotional intelligence. এখনকার সময়ে সবাইকে তার IQ এর পাশাপাশি EQ দিয়ে বিচার করা হয়, এই EQ হচ্ছে emotional quotient বা আপনার emotional intelligence কতটুকু তার মাপ। আপনার ব্যাক্তিত্ব তৈরিতে emotional intelligence ভালো থাকা অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ।

এই বিষয়ে আমরা পরে আরো ডিটেইলে emotional intelligence নিয়ে কথা বলবো। ইতোমধ্যে যা কিছু শিখলেন তা আত্মস্থ করে নিজের চমৎকার একটা ব্যক্তিত্ব গড়ে তুলুন।